09 शिक्षा में खेलकूद

(जैसा उन्होंने हिता गुज्जर को बताया)

बीड़ू

अनेक लोग इस भ्रम में रहते हैं कि शारीरिक शिक्षा का अर्थ एक या दो घण्टे का शारीरिक अभ्यास करना है। वे शारीरिक शिक्षा द्वारा विशेष रूप से बच्चों को होने वाले फायदों को भूल रहे होते हैं। एक नए खेल को सीखने या प्रशिक्षण का अनुभव जीवन भर उनके साथ रहता है; यह बच्चों तथा परिवारों को चुस्त–दुरुस्त और स्वस्थ रहने में सहायता करने के अलावा साथ रहने और मौज–मस्ती के मौके भी प्रदान करता है।

शारीरिक शिक्षा के माध्यम से बच्चे समयबद्धता, सन्तुलन, समन्वय और एकाग्रता सीखते हैं। इसी वजह से यह विषय किसी भी समग्र, व्यापक स्कूली पाठ्यचर्या का अंग बनता है। यह विषय बच्चे के मनोवैज्ञानिक विकास के लिए भी बहुत आवश्यक है क्योंकि इसकी मदद से बच्चा नकारे जाने की अवस्था को बेहतर तरीके से स्वीकारना और सफलता तथा उपलब्धि को तत्काल ही अनुभव करना सीख पाता है। साथ ही समूहकार्य, सम्प्रेषण, प्रेरणा, सांगठनिक क्षमताओं का विकास, नेतृत्व और अन्य लोगों के साथ मेलजोल सम्बन्धी कौशल भी सीख पाता है।

शारीरिक शिक्षा किसी सम्पूर्ण शैक्षणिक पैकेज के मुख्य घटकों में से एक है; इसके बगैर यह पैकेज अधूरा है। खेलकूद एक विज्ञान है और इसलिए आवश्यक हो जाता है कि शारीरिक शिक्षा के प्रशिक्षक प्रशिक्षित हों, और योग्य भी। आदर्श स्थिति तो यह है कि शारीरिक शिक्षा का एक अच्छा प्रशिक्षक खेलों की पृष्ठभूमि से हो, विद्यार्थियों को प्रशिक्षण देने में वह रुचि रखता हो, और उसमें श्रेष्ठ प्रदर्शन क्षमताएँ होने के साथ–साथ नेतृत्व का माद्दा भी हो। शारीरिक शिक्षा का एक अप्रशिक्षित और अयोग्य शिक्षक अपने कर्तव्य के प्रति न्याय नहीं कर सकेगा। अधिकतर सरकारी या राज्य संचालित विश्वविद्यालय शारीरिक शिक्षा के शिक्षकों के प्रशिक्षण के लिए पाठ्यक्रम चला रहे हैं, परन्तु दुर्भाग्य से इनकी गुणवत्ता और मानदण्ड बहुत निम्न स्तर के हैं। निजी कॉलेज शारीरिक शिक्षा के बेहतरीन शिक्षकों का चयन करते हैं और किसी भी अन्य विभाग की तरह सेमिनारों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करते हैं; प्रबन्धन भी उन पर नजर रखता है और उनके लिए अपने कार्य में प्रगति का प्रदर्शन करना आवश्यक है। उदाहरण के लिए, बंगलौर के भगवान महावीर जैन कॉलेज का शारीरिक शिक्षा विभाग बहुत अच्छा है, शिक्षक बहुत योग्य हैं और इसी कारण बहुत से विद्यार्थी ऐसे कॉलेजों का चयन करते हैं। वास्तव में, ऐसे कॉलेज कुछ बहुत अच्छे एथलीट तैयार करने में सफल रहे हैं और उन्होंने देश का भी प्रतिनिधित्व किया है।

बहुत पहले, 1960 में जब मैंने प्रशिक्षण पाया था, व्यवस्था बहुत अच्छी थी क्योंकि हमारे पास शारीरिक शिक्षा के उच्च प्रशिक्षण प्राप्त शिक्षक थे। बाद में गुणवत्ता में गिरावट आ गई। मैं सरकार की प्रशंसा करता हूँ जो रिफ्रेशर कोर्स, अभिमुखीकरण कोर्स और प्रशिक्षण पाठ्यक्रम संचालित करके अनेक उपायों द्वारा वर्तमान स्थिति को सुधारने का प्रयास कर रही है। वेतनमान भी बहुत अच्छे हैं। परन्तु संस्थानों में चयन की विशिष्ट प्रक्रिया के अभाव के चलते स्तर में गिरावट आई है और कुछ स्कूलों में तो शारीरिक शिक्षा विभागों में बजट भी आवंटित नहीं है। कुछ शारीरिक शिक्षा शिक्षकों के साथ परिचारक (अटेन्डेन्ट) जैसा व्यवहार किया जाता है और बहुत से स्कूलों में तो कोई भी खेल सुविधा नहीं है। बहुत अच्छे एथलीट, जो सामान्य तौर पर अपने–अपने क्षेत्र से जुड़े पेशों में जाना चाहते हैं, आर्थिक मजबूरी या स्कूलों और कॉलेजों द्वारा शारीरिक शिक्षा के प्रशिक्षकों के साथ किए जा रहे बर्ताव के कारण अन्य पेशों का चुनाव करने के लिए बाध्य हो जाते हैं। खाली हुए स्थानों को भरने के लिए अकुशल और अप्रशिक्षित व्यक्ति सामने आते हैं और इस तरह गुणवत्ता में गिरावट आती है। सरकार को दखल देकर स्थिति को सुधारने का प्रयास करना चाहिए।

पश्चिमी देशों में विद्यार्थियों के लिए शारीरिक शिक्षा के अंक अनिवार्य हैं और इस प्रकार समग्र, व्यापक विकास सुनिश्चित हो पाता है। बच्चों को तैराकी, जिम्नास्टिक्स और एथलेटिक्स के मूलभूत कौशल सीखने होते हैं। हमें भी बच्चों के लिए ये कौशल कम से कम पाँचवीं कक्षा से अनिवार्य करने चाहिए। यह बच्चों में दमखम और बेहतर रोग–प्रतिरोधक क्षमता पैदा करने में मददगार होता है। परन्तु यह कौशल सीखने के लिए सही वातावरण होना आवश्यक है जिसके लिए बजट आवंटन बहुत जरूरी है। मान लें कि सरकार ने एक सार्वजनिक स्टेडियम तैयार करके उपलब्ध करवा दिया, परन्तु उसका उपयोग करना स्कूलों पर निर्भर करता है। स्कूलों द्वारा इन

सुविधाओं का उपयोग किया जा सकता है परन्तु वे ऐसा करते नहीं हैं।

भारत में प्रत्येक क्षेत्र का पैसे से जुड़ा पहलू भी है। उदाहरण के लिए, मीडिया किसी भी अन्य खेल की तुलना में क्रिकेट को ज्यादा कवरेज देता है। इस खेल का बहुत अधिक व्यवसायीकरण हो गया है और स्कूल स्तर पर यह बच्चों के लिए वांछित शारीरिक अभ्यास भी प्रदान नहीं करता है। मैं चाहूँगा कि मीडिया स्कूलों में शारीरिक शिक्षा के अभाव की ओर ध्यान आकर्षित करे। यह सही है कि किसी के लिए एक खेल को बेचना या मार्केट बनाना सम्भव नहीं है लेकिन मीडिया जिम्नास्टिक्स, खेलों और एथलेटिक्स के प्रति लोगों के नजरिए में बदलाव जरूर ला सकता है।

एक धारणा यह भी है कि खेल बहुत खर्चीले होते हैं और केवल अमीर लोगों के लिए हैं, परन्तु यह सच्चाई नहीं है। पैसों की जरूरत तो पड़ती ही है लेकिन बहुत ज्यादा नहीं। सरकार द्वारा कांतीर्व स्टेडियम जैसी सुविधाएँ उपलब्ध करवाई गई हैं जो बिल्कुल मुफ्त हैं। नाइकी रन क्लब छोटे बजट का प्रयास है जिसमें लगभग 300 लोगों को मुफ्त प्रशिक्षण दिया जाता है।

स्कूलों और कॉलेजों को समुचित खेल सुविधाएँ सुनिश्चित करना ही चाहिए। किसी भी अन्य विभाग की तरह एक शारीरिक शिक्षा विभाग का होना भी आवश्यक है। इस विभाग की समयसारणी सुविधानुसार होनी चाहिए क्योंकि अधिकतर प्रशिक्षण स्कूल और कॉलेज समय से पहले या बाद में होते हैं। विद्यार्थी खेल स्पर्धाओं और प्रशिक्षण सत्रों में भाग ले रहे हों, तब भी उन्हें कक्षा में उपस्थिति के लिए प्रताड़ित किया जाता है। खेल के मैदान पर विद्यार्थियों के प्रदर्शन का भी मूल्यांकन होना चाहिए। आशा की जा सकती है कि यह विद्यार्थियों को प्रोत्साहित करेगा। ज्यादातर स्कूलों में नौवीं और दसवीं कक्षाओं में खेल के घण्टे पर रोक लगा दी जाती है जबकि ऐसा नहीं होना चाहिए।

सरकारी स्कूलों में स्थिति बहुत खराब है; उनमें एक मैदान के अतिरिक्त कुछ नहीं है। अनेक स्कूलों में प्रशिक्षण सुविधाएँ नहीं हैं और न ही वहाँ विद्यार्थियों को सरकारी स्टेडियम में ले जाकर सुविधाओं का उपयोग करने के लिए बजट या पहलकदमी है। प्रत्येक सरकारी स्कूल में एक योग्यताप्राप्त प्रशिक्षित शारीरिक शिक्षा शिक्षक का होना सुनिश्चित किया जाना जरूरी है। श्रेष्ठ निजी स्कूल इस क्षेत्र में सरकारी स्कूलों के मुकाबले बेहतर स्थिति में हैं। व्यवस्था में बदलाव का यही समय है।

मेरा सुझाव है कि सरकारी स्कूलों के लिए सरकार ज्यादा धनराशि उपलब्ध करवाए और मॉनीटर करने के लिए एक निकाय की स्थापना करे जो सुनिश्चित करे कि इस धन का दुरुपयोग नहीं हो। गुणवत्तापरक शारीरिक शिक्षा की आवश्यकता को समझने के लिए और अधिक कार्यक्रम संचालित किए जा सकते हैं। अच्छा स्तर और मानदण्ड बनाए रखने हेतु शारीरिक शिक्षा के प्रत्येक शिक्षक के लिए योग्यता की जरूरतें पूरी करने पर बल दिया जाना जरूरी है।

बेहतर शारीरिक शिक्षा तंत्र कायम रखने वाले बंगलौर के कुछ संस्थानों में सेंट जोसेफ इण्डियन ब्वायज हाईस्कूल, क्लूनी कॉन्वेंट, माउण्ट कार्मेल कॉलेज और भगवान महावीर जैन कॉलेज शामिल हैं। इन संस्थानों में एक अलग शारीरिक शिक्षा विभाग है जिसमें पर्याप्त धनराशि और योग्य तथा प्रशिक्षित शिक्षक हैं। इन्होंने राष्ट्रीय स्तर के अनेक खिलाड़ी तैयार किए हैं। वर्तमान समय में यहाँ अध्ययन कर रहे कुछ विद्यार्थी जो खेलों में अपना करियर बनाना चाहते हैं, स्वयं को बहुत सुविधाजनक स्थिति में पाते हैं क्योंकि विभाग सुनिश्चित करता है कि उन्हें अपनी उपलब्धियों का श्रेय हासिल हो; प्रतिभा को पहचान मिलती है और पोषित किया जाता है। शारीरिक–शिक्षा विभाग द्वारा संचालित गतिविधियाँ अन्य विद्यार्थियों को नए खेल सीखने और खेलों के प्रति रुचि पैदा करने में मदद करती हैं।

यद्यपि सरकार ने स्कूलों में शारीरिक शिक्षा के लिए प्रतिदिन एक घण्टा अनिवार्य कर दिया है, खेल विभाग की गुणवत्ता भी स्तरीय होना आवश्यक है। स्कूलों को एक उपयुक्त शारीरिक शिक्षा विभाग की स्थापना और उसका प्रबन्धन सुनिश्चित करना होगा।

__बीडू__ ने वाई.एम.सी.ए. चैन्नई तथा राष्ट्रीय खेल संस्थान, पटियाला में प्रशिक्षण प्राप्त किया और शारीरिक शिक्षा में स्नातकोत्तर अध्ययन जर्मनी में किया है। वे एथलेटिक्स में प्रशिक्षण के विशेषज्ञ हैं और अनेक राज्य और राष्ट्रीय स्तर के एथलीटों को प्रशिक्षित कर चुके हैं। वे मैराथन धावकों को मुफ्त प्रशिक्षण देने वाले नाइकी रन क्लब में मुख्य कोच भी हैं।